

## 2 Hádegisverður

Week 44  
10/27/2025 - 11/02/2025

### Lunch

|                                      | Mon 27/10                                                                                                     | Tue 28/10                                                                                                                  | Wed 29/10                                                                   | Thu 30/10                                                                                              | Fri 31/10                                                                                                  | Sat 1/11                                                                                            | Sun 2/11                                                                                      |
|--------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>A1</b>                            | Langa með beikoni og piparosti, Ofnbakaðar sætar kartöflur, Gljáðar gulrætur, Jógúrt með eplum og perum       | Marokkóskar hakkbollur, Tómatchutney, Kúskús með pikkludum lauk, Miðjarðarhafsblanda, Vanillusúpa, Kanilsykur              | Þorskur í epla- og mangósósu, Kartöflur, Romano blanda, Blómkálssúpa        | Kjúklinga lasagne, Hvítlauksbrauð, Korn salsa, Karamellujógúrt                                         | Nauta burrito, Sýrður rjómi, Tandoori hrísgrjón, Pico de gallo, Jarðarberja- og hvítsúkkulaði skyr         | Ofnsteiktur þorskur, Paprikusósa, Kramdar kartöflur, Soðnar gulrætur og rófur, Grænmetisúpa dagsins | Kalkúnabringur, Gravy, Sætkartöflumús, Maís, Karamellu ísblóm                                 |
| <b>A2 - hentar eldri kynslóðinni</b> | Langa með beikoni og piparosti, Ofnbakaðar sætar kartöflur, Gljáðar gulrætur, Jógúrt með eplum og perum       | Marokkóskar hakkbollur, Tómatchutney, Kartöflumús, Miðjarðarhafsblanda, Vanillusúpa, Kanilsykur                            | Þorskur í epla- og mangósósu, Kartöflur, Gufusoðið spergilkál, Blómkálssúpa | Soðin lifrarpýlsa, Soðinn blóðmör, Jafningur, Kartöflumús, Gulrófustappa, Hrísgjónagrautur, Kanilsykur | Ítölsk kjötsósa, Kartöflumús, Romanesco blanda, Jarðarberja- og hvítsúkkulaði skyr                         | Ofnsteiktur þorskur, Paprikusósa, Kramdar kartöflur, Soðnar gulrætur og rófur, Grænmetisúpa dagsins | Kalkúnabringur, Gravy, Sætkartöflumús, Hunangsgljáðar nípur, Karamellu ísblóm                 |
| <b>OP</b>                            | Langa með beikoni og piparosti, Ofnbakaðar sætar kartöflur, Gljáðar gulrætur, Jógúrt með eplum og perum       | Marokkóskar hakkbollur, Tómatchutney, Kartöflumús, Miðjarðarhafsblanda, Vanillusúpa, Kanilsykur                            | Þorskur í epla- og mangósósu, Kartöflur, Gufusoðið spergilkál, Blómkálssúpa | Soðin lifrarpýlsa, Soðinn blóðmör, Jafningur, Kartöflumús, Gulrófustappa, Hrísgjónagrautur, Kanilsykur | Ítölsk kjötsósa, Kartöflumús, Romanesco blanda, Jarðarberja- og hvítsúkkulaði skyr                         | Ofnsteiktur þorskur, Paprikusósa, Kramdar kartöflur, Soðnar gulrætur og rófur, Grænmetisúpa dagsins | Kalkúnabringur, Gravy, Sætkartöflumús, Hunangsgljáðar nípur, Karamellu ísblóm                 |
| <b>A3 - grænmetisfæði</b>            | Pítubrauð, Falafelbollur, Tzatziki sósa, Hummus, Ofnbakaðar sætar kartöflur, Salat, Jógúrt með eplum og perum | Marokkóskt tófú, Tómatchutney, Kúskús með pikkludum lauk, Líbanskt flatbrauð, Miðjarðarhafsblanda, Vanillusúpa, Kanilsykur | Byggotto Italiano, Focaccia með tómát, Ferskt salat, Blómkálssúpa           | Grænmetislasagne, Hvítlauksbrauð, Korn salsa, Karamellujógúrt                                          | Indverskar pönnukökur, Sýrður rjómi, Tandoori hrísgrjón, Pico de gallo, Jarðarberja- og hvítsúkkulaði skyr | Byggbuff, Paprikusósa, Kramdar kartöflur, Soðnar gulrætur og rófur, Grænmetisúpa dagsins            | Spænsk eggjakaka, Köld hvítlaukssósa, Hunangsgljáðar nípur, Hrásalat í safa, Karamellu ísblóm |

|                          |                                                                                                  |                                                                                                           |                                                                      |                                                                             |                                                                                        |                                                                                                     |                                                                                                |
|--------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>RDS kjöt/fiskur</b>   | Langa með beikoni og piparosti, Ofnbakaðar sætar kartöflur, Gljáðar gulrætur, Melónublanda       | Marokkóskar hakkbollur, Tómatchutney, Kúskús með pikkludum lauk, Miðjarðarhafsblanda, Vínber              | Þorskur í epla- og mangósósu, Kartöflur, Romano blanda, Blómkálssúpa | Kjúklinga lasagne, Hvítlauksbrauð, Korn salsa, Hrísgjónagraftur, Kanilsykur | Nauta burrito, Sýrður rjómi, Tandoori hrísgrjón, Pico de gallo, Appelsínubátar         | Ofnsteiktur þorskur, Paprikusósa, Kramdar kartöflur, Soðnar gulrætur og rófur, Grænmetisúpa dagsins | Kalkúnabringur, Gravy, Sætkartöflumús, Maís, Vanilluís - sykur                                 |
| <b>RDS grænmetisfæði</b> | Pítubrauð, Falafelbollur, Tzatziki sósa, Hummus, Ofnbakaðar sætar kartöflur, Salat, Melónublanda | Marokkóskt tófú, Tómatchutney, Kúskús með pikkludum lauk, Líbanskt flatbrauð, Miðjarðarhafsblanda, Vínber | Byggotto Italiano, Focaccia með tómát, Ferskt salat, Blómkálssúpa    | Grænmetislasagne, Hvítlauksbrauð, Korn salsa, Hrísgjónagraftur, Kanilsykur  | Indverskar pönnukökur, Sýrður rjómi, Tandoori hrísgrjón, Pico de gallo, Appelsínubátar | Byggbuff, Paprikusósa, Kramdar kartöflur, Soðnar gulrætur og rófur, Grænmetisúpa dagsins            | Spænsk eggjakaka, Köld hvítlaukssósa, Hunangsgljáðar nípur, Hrásalat í safa, Vanilluís - sykur |